# Champignons recettes

## Bien choisir

Choisir des champignons de couleur uniforme, lisses, sans taches ni blessures ou parties ramollies. Éviter les champignons à lamelles brunes, signe de maturité avancée, sauf dans le cas des portobellos. Le chapeau devrait être bien ferme et solidement attaché au pied.

## Conservation

**Réfrigérateur :** une semaine tout au plus dans leur contenant d'origine ou, si on les a achetés en vrac, dans un sac de papier. Éviter les sachets de plastique qui auront pour effet d'accélérer leur détérioration. Comme les champignons absorbent facilement les odeurs, les tenir loin des aliments très odorants.

**Congélateur :** les nettoyer, les placer sur une plaque ou un plateau et les congeler avant de les enfermer dans un sac à congélateur. Ou les cuire à sec ou dans de l'huile avant de les mettre au congélateur.

**Déshydrateur :** les trancher finement, les étaler sur un grillage et les mettre à sécher de 8 à 12 heures au déshydrateur ou dans un four réglé à basse température.

## Préparation

Brosser le champignon à l'aide d'un pinceau, l'essuyer avec un linge humide ou le passer rapidement à l'eau claire. Éviter de le faire tremper au risque qu'il n'absorbe trop d'eau. Enlever la partie terreuse du pied au couteau, ou le pied au complet s'il est sec et fibreux. On pourra s'en servir dans les bouillons et les sauces.

Humecter, avec du jus de citron, les tranches de champignons à servir crues pour éviter qu'elles ne noircissent.

## Apprêts culinaires

**Cuits à blanc :** cuire cinq à dix minutes à couvert dans un peu d'eau additionnée de sel, de beurre et de jus de citron. Les champignons garderont ainsi leur couleur claire.

**Sautés :** chauffer de l'huile à haute température jusqu'à ce qu'elle atteigne pratiquement le point de fumée. Ajouter les champignons et cuire, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés et que l'eau qu'ils ont relâchée se soit évaporée. Vers la fin de la cuisson, qui devrait durer environ cinq minutes, ajouter, si désiré, de l'ail haché et du persil.

**Grillés :** enduire les champignons d'un peu d'huile végétale ou d'une marinade, saler, poivrer et mettre sous le gril (à 10 cm ou 15 cm de l'élément) et les cuire quatre à six minutes de chaque côté, en les badigeonnant d'huile ou de marinade à une ou deux reprises en cours de cuisson.

**Rôtis :** préchauffer le four à 230 °C. Mettre les champignons dans un plat à gratiner, les enduire d'huile ou de marinade et les cuire une vingtaine de minutes, en les remuant à quelques reprises.

**Braisés :** faire revenir les champignons coupés en morceaux de grosseur uniforme dans un peu d'huile ou de beurre, saler et poivrer. Ajouter de la crème, du bouillon de poulet ou un autre liquide aromatique, couvrir et mijoter jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Réserver au chaud, réduire le liquide et en napper les champignons.

**Farcis :** employer pour cette préparation les chapeaux de gros champignons. Enlever les pieds, les hacher finement et les faire revenir dans du beurre. Ajouter de la chapelure, des amandes, des pacanes ou d'autres oléagineux hachés, de la ciboulette, du basilic ou de l'estragon, et lier avec de la crème ou du bouillon. Assaisonner de sel et de paprika. Enduire les chapeaux d'huile d'olive, les remplir de la farce et saupoudrer de fromage parmesan râpé. Passer au gril cinq minutes et servir.

Ou les farcir avec une huître ou une palourde que l'on recouvrira d'un peu de raifort râpé, de mayonnaise et de quelques gouttes de sauce Worcestershire. Ou passer les pieds au mélangeur avec de l'ail, du persil, un peu de crème et du fromage de chèvre. Farcir les chapeaux de la préparation et cuire sous le gril.

**À la vinaigrette :** faire revenir de l'ail haché dans de l'huile d'olive, ajouter les champignons tranchés et cuire en remuant. Ajouter quelques cuillerées à soupe de vinaigre de vin et de vin blanc, cuire une minute ou deux, saler et poivrer. Servir chaud ou froid.

**Duxelles :** cette préparation peut entrer dans la composition des sauces et des farces ou servir dans la cuisson des viandes et des poissons. On pourra l'employer dans tous les plats auxquels on veut donner une saveur de champignon. Hacher finement un oignon ou des échalotes et faire dorer dans un mélange de beurre et d'huile d'olive. Couper des champignons et les presser dans une mousseline ou une étamine pour en extraire le jus. Les ajouter à l'oignon (ou aux échalotes), assaisonner de muscade fraîchement moulue, de sel et de poivre, et cuire jusqu'à ce que tout le liquide soit évaporé. Laisser refroidir et conserver au réfrigérateur dans un contenant hermétique.

# Velouté de champignons facile

Ingrédients

- 600 g de champignons de Paris
- 50 cl de crème liquide
- le jus de ½ citron
- 20 cl de vin blanc sec
- 1 oignon

- 1 gousse d'ail
- noix de muscade
- 50 g de beurre
- sel, poivre

**1**Nettoyez et coupez les champignons en gros morceaux. Épluchez l'oignon et émincez-le. Pelez et hachez l'ail.

**2**Dans la cocotte, faites revenir à feu doux l'oignon et ail dans le beurre. Ajoutez les champignons. Salez, poivrez et laissez cuire 5 min.
**3**Ajoutez le vin blanc et le jus de citron. Fermez la cocotte, dès le sifflement de la soupape, baissez le feu et laissez cuire 10 min. Ouvrez.
**4**Dans une casserole, versez la crème liquide et portez à ébullition. Mettez les champignons et leur jus dans le mixeur, ajoutez la crème.
**5**Mixez jusqu'à obtention d'un velouté onctueux. Rectifiez l'assaisonnement en sel, poivre et noix de muscade. Servez bien chaud.

# Champignons de Paris en salade

Temps de préparation: <15 minutes

Ingrédients (1 personne):

Champignons de Paris frais lavés et équeutés
le jus d'un citron
une botte de ciboulette ciselée
huile d'olive
sel et poivre.

**Préparation:**

Lavez et coupez les tiges de vos champignons puis arrosez-les d'un filet de jus de citron, salez et poivrez. Agrémentez d'un filet d'huile d'olive et de ciboulette ciselée.

Réservez au frais. Idéal comme petite entrée!

NB : L'avantage du jus de citron, c'est que c'est un excellent anti-oxydant, ce qui empêche donc les champignons frais de noircir!! Vous pouvez ainsi les préparer (un peu) à l'avance sans crainte!

http://www.lesfoodies.com/misskitty/recette/champignons-de-paris-en-salade

# Clafoutis aux champignons de Paris

Temps de préparation: <15 minutes
Temps de cuisson: 40 minutes

Ingrédients (4 personnes):

400 grs de champignons de Paris
250 ml de lait écrémé
3 oeufs
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
50 grs de gruyère
1 cuillère à soupe de basilic ciselé
1 cuillère à café de curcuma
1 échalote
1 cuillère à soupe de maïzena

## Préparation:

Préchauffez le four à 180° C.
Rincez rapidement les champignons sous un filet d'eau et équeutez-les.
Salez-les et faites-les précuire à la poêle 5 minutes à couvert. Egouttez-les.
Ciselez l'échalote et faites la revenir avec l'huile d'olive dans la poêle.
Ajoutez les champignons et faites-les revenir 5 minutes de plus.
Délayez la maïzena dans le lait et faites épaissir à feu doux jusqu'à l'obtention de la consistance d'une sauce fluide. Laissez tiédir.
Battez dans un saladier les oeufs en omelette, salez légèrement et poivrez.
Ajoutez la sauce, le mélange de champignons, le basilic, le curcuma et un peu de gruyère.
Répartissez cette préparation dans 4 ramequins.
Parsemez avec le reste du gruyère.
Faites cuire 35 minutes.

http://www.lesfoodies.com/philo/recette/clafoutis-aux-champignons-paris

# Cake aux champignons de Paris

**Temps de cuisson: 45 minutes**

**Ingrédients:**

3 oeufs
150 grs de farine
1 sachet de levure
10 cl d'huile de tournesol
12
5 cl de lait entier
100 grs de gruyère
250 grs de champignons de Paris
1 gousse d'ail
1 petit bouquet de persil (pas mis)
2 pincées de sel
2 pincées de poivre

**Préparation:**

Préchauffez votre four à 180° C. Equeutez et lavez les champignons, puis émincez-les.

Dans une poêle, faites-les rissoler avec 5 cl d'huile, le sel et le poivre jusqu'à évaporation totale de l'eau qu'ils rendent. En fin de cuisson, ajoutez l'ail écrasé et le persil mixé. Mélangez et laissez refroidir.

Dans un saladier, fouettez les oeufs, la farine et la levure. Incorporez petit à petit l'huile et le lait préalablement chauffé. Ajoutez le gruyère râpé et mélangez.
Incorporez les champignons et mélangez.
Versez la préparation dans un moule à cake et mettez au four pendant 45 minutes.

http://www.lesfoodies.com/philo/recette/cake-aux-champignons-de-paris

# Moules marinière et sa crème aux champignons de paris

Temps de préparation: 30 minutes
Temps de cuisson: 5 à 10 minutes

**Ingrédients (2 personnes):**

2 kg de moules de votre choix, huile d'olive
2 oignons rouges, 5 gousses d'ail haché finement,2 branches de céleri, 20 cl de vin blanc, 400g de champignons de Paris frais ou en conserve, persil, 25cl de crème fraîche, 2 jaunes d'oeufs, 2 cs de maïzena, 30gr de beurre, lait si besoin, sel poivre.

**Préparation:**

Laver les moules puis les égoutter. Laver et égoutter les champignons. Faire blondir les oignons et l'ail dans un fond d'huile d'olive. Laver et couper en petits dès le céleri et ajouter le avec les oignons, laisser mijoter quelques minutes puis ajouter les moules et le persil attendre qu'elles s'ouvrent de moitié puis arroser avec le vin blanc sec. Bien mélanger le tout et lorsqu'elles sont toutes ouverte les retirer et réserver. Faite une béchamel avec la maïzena, le beurre et le jus de moules. Dans un bol mélanger la crème fraîche et les jaunes d'oeufs puis ajouter à la béchamel saler poivrez mais pas trop , bien remuer ajouter les champignon et mijoter quelques minutes à feu doux, ajouter un peu de lait si la sauce est un peu trop épaisse.
Remettre les moules dans la marmite sur feu doux arroser avec notre crème de champignons bien mélanger le tout et servir bien chaud.

# Champignons persillette

Temps de préparation: <15 minutes
Temps de cuisson: 5 à 10 minutes

**Ingrédients (1 personne):**

Champignons de Paris, mozzarella, beurre, citron jaune, persil, piment d'Espelette, sel

Préchauffez le four à 210° - th 7.

Dans une casserole d'eau bouillante salée, plongez 10 brins de persil lavés, pendant 1 mn. Puis passez-les dans de l'eau glacée (pour gardez la couleur). Dans un bol, mixez le persil avec 20 gr de beurre.

Lavez 14 champignons, enlevez la queue et citronnez-les (pour éviter qu'ils noircissent).

Dans un plat, posez les chapeaux des champignons, farcissez de beurre persillé puis posez des boules de mozzarella. Parsemez de piment d'Espelette.

1ère variante : servez froid.
2ème variante : enfournez à 210° - th7, pendant 10 mn.

Servez aussitôt.

# Champignons au curry

**Temps de préparation: <15 minutes**

**Ingrédients (2 personnes):**

6 beaux champignons de paris, 1 brique de crème semi épaisse, 1 cuil à soupe de curry, coriandre ciselée, 20 gr de beurre, sel au piment d'Espelette et mélange de 5 baies

## Préparation:

Nettoyer les champignons, laver les bouts terreux et les couper en lamelles.

Faire fondre le beurre dans une poêle et y faire revenir les champignons.

Ajouter la crème, mélanger et ajouter le curry et la coriandre ciselée. Saler et poivrer.

Server bien chaud en accompagnement de viande rouge.

# Champignons marinés

Temps de préparation: <15 minutes
Temps de cuisson: 12 minutes

**Ingrédients (4 personnes):**

500g de champignons de paris, 1 citron, 1 échalote, 20cl de vin blanc, 2 brins de thym, 2 feuilles de laurier, 5 graines de coriandre, 5 graines de poivre, huile d'olive

## Préparation:

* Nettoyer et essuyer les champignons, couper les plus gros en deux, les arroser de jus de citron.

* Faire revenir l'échalote hachée 2mn dans 2 cas d'huile. Ajouter les champignons, le vin, le laurier, 2 brins de thym effeuillé, les graines de poivre et de coriandre concassés. Saler. Cuire à feu doux 8 à 10 min à couvert.

# Champignons à la grecque

Temps de préparation: <15 minutes
Temps de cuisson: 40 minutes

**Ingrédients (4 personnes):**

450 gr de tous petits champignons de Paris.
75 gr d'oignons grelots soit environ 20 oignons.
80 gr de fenouil
150 ml de vin blanc
4 cuill. à soupe d'huile d'olive
1 grosse cuill. à soupe de concentré de tomate
20 grains de coriandre
1 feuille de laurier
1 grosse branche de thym
Sel et poivre

**Préparation:**

Si vous utilisez des champignons frais nettoyez-les soigneusement sans les éplucher en ôtant le pied sableux, si vous les prenez en surgelé suivez le mode d'emploi du paquet.

Si vous utilisez des oignons grelots frais épluchez-les, si vous les prenez en surgelé ne les faites pas décongeler.

Essuyez le bulbe de fenouil et coupez-le en tous petits morceaux

Faites chauffer dans une petite cocotte le vin blanc, l'huile et le concentré de tomate. Laissez cuire doucement pendant 10 mn. Ajoutez les champignons, les oignons, le fenouil, le thym le laurier, les grains de coriandre, du sel et du poivre. Laissez cuire doucement à couvert pendant 30 mn. Retirer le thym et le laurier et laissez refroidir.

Astuce : ils seront bien meilleurs si vous les faites attendre un ou deux jours au frais, sans les mettre au réfrigérateur.

# Tagliatelles aux champignons et au safran

Temps de préparation: 30 minutes
Temps de cuisson: 6 minutes

**Ingrédients (4 personnes):**

350gr de tagliatelles fraiches, 250gr de champignons de paris, 2 cuillères à soupe de crème fraîche, une de romarin, 2 doses de safran, une cuillère à café de curcuma, sel, poivre, piment de Cayenne.

**Préparation:**

Couper les aiguilles de romarin en deux ou trois dans un petit bol, ajoutez deux cuillères à soupe d'huile d'olive. Laisser macérer deux heures. Nettoyer les champignons, couper le pied terreux, essuyer-les avec un torchon humide. Couper-les en morceaux.

Dans une sauteuse sur feu moyen, avec une cuillère à soupe d'huile et une noix de beurre, faire cuire et dorer les morceaux de champignons, 5 à 6 minutes, puis ajouter l'huile de romarin, la crème fraiche et une dose de safran, sel, poivre, une pincée de piment de Cayenne

Mettre l'eau des pâtes à bouillir, avec gros sel et le curcuma. Plonger les tagliatelles dans l'eau à ébullition, baisser le feu, laisser 3 à 5 minutes, cuire al-dente. Egoutter-les dans une passoire, conserver une tasse d'eau de cuisson. Ajouter-les à la sauce aux

champignons. Mélanger à l'aide de deux fourchettes, ajouter de l'eau de cuisson. Puis ajouter la dose de safran restante. Servez avec du parmesan râpé.

# Salade de champignons crus au sésame

**Temps de préparation: <15 minutes**

**Ingrédients (4 personnes):**

250 g de champignons de paris
1 jus de citron
½ bouquet de persil plat
2 c à soupe de thym frais émietté
2 c à soupe de graine de sésame
3 c à soupe d'huile d'olive
Sel, poivre du moulin

**Préparation:**

Presser le citron

Laver et sécher le persil, ciselez finement les feuilles il doit rester environ 2 cuillerée à soupe bien pleines

Dans un bol mélanger le jus de citron, l'huile d'olive, le sel , le poivre ajoutez le thym et le persil ciselé

Disposer  les lamelles de champignon dans un plat pouvant les contenir en une seule couche.  Arroser de sauce et couvrir. Mettre au frais pendant 2 heures en remuant au bout de 1 heure.

Pendant ce temps faire chauffer une poêle antiadhésive à sec y faire griller les graines de sésame jusqu'à ce qu'elles soient dorées puis réservez.

Au moment de servir, parsemer les champignons de graines de sésame.

Vous pouvez remplacer l'huile d'olive par de l'huile de sésame

http://www.lesfoodies.com/recettes/champignon+de+paris/skip=128

# Quiche aux champignons et à la tomate

Temps de préparation: 30 minutes
Temps de cuisson: 20 minutes

**Ingrédients (1 personne):**

Pâte brisée, 1 poignée de champignons de paris, 2 tomates, 1 œuf, 1 verre de lait, du sel, du poivre.

**Préparation:**

Etaler la pâte dans un plat qui passe au four. Y disposez les champignons et les tomates. Dans un saladier mélangez le lait, l'oeuf, le sel et le poivre. Versez le mélange sur les champignons et les tomates.

Mettre au four à 200°c pendant 20 minutes.

# Sauce aux champignons

Temps de préparation: **<15 minutes**
Temps de cuisson: **15 minutes**

**Ingrédients (6 personnes):**

200 gr de champignons forestiers ou de champignons de Paris
30 gr de beurre
20 cl de crème fraîche
20 cl de fond brun de veau lié
1 échalote
Quelques branches de persil plat
Sel

Poivre du moulin
5 cl de porto

**Préparation:**

Nettoyer les champignons puis les suer au beurre et les colorer légèrement.

Ajouter l'échalote hachée et faire revenir au beurre 5 minutes à feu doux.

Ajouter le porto ou le madère puis ajouter la crème fraîche et le fond de veau lié et assaisonner. Cuire à feu doux pendant une dizaine de minute jusqu'à une consistance nappant Ajouter le persil et servir aussitôt

# Gâteau au yaourt courgette et champignons

Temps de préparation: <15 minutes
Temps de cuisson: 1h

Ingrédients (8 personnes):

2 yaourts
3 pots de farine
½ pot d'huile
1 pincée de sel
1 sachet de levure chimique
2 courgettes
200 gr de champignons de Paris

**Préparation:**

Laver et couper les courgettes en cubes, éplucher les champignons et les couper en tranches.

Dans un saladier mélanger les yaourts avec la farine, la levure, la pincée de sel et l'huile. Ajouter les courgettes et les champignons.

Verser dans un moule à cake ou à manquer.

Cuire au four préchauffé à 200° pendant 1 heure. Laisser refroidir avant de démouler.

# Omelette aux courgettes et aux champignons

Temps de préparation: <15 minutes
Temps de cuisson: 3 minutes

**Ingrédients (1 personne):**

2 c.c de beurre
1 gousse d'ail hachée
25g de champignons de Paris finement émincés
50g de courgette grossièrement râpée
1 oignon finement émincé
2 oeufs
30g de fromage râpé (gruyère ou emmenthal)

**Préparation:**

1) Faites chauffer à feu moyen 1 c.c de beurre dans une petite poêle et faites y dorer l'ail et les champignons pendant 2 min en remuant fréquemment. Ajoutez la courgette et l'oignon et laissez cuire, toujours en remuant, pendant environ 1 min, jusqu'à ce que la courgette soit un peu fondante. Réservez le tout au chaud dans un bol.

2) Cassez les oeufs et battez les légèrement au fouet. Ajoutez le fromage et battez une nouvelle fois.

3) Faites fondre le reste du beurre dans une poêle. Versez les oeufs et faites les cuire à feu moyen  en inclinant de temps à autre la poêle , jusqu'à ce que les oeufs soient encore un peu baveux.

4) Disposez les légumes sur la moitié de l'omelette et  à l'aide d'une spatule rabattez l'autre moitié par dessus, puis faites délicatement glisser l'omelette sur une assiette.

http://www.lesfoodies.com/hardysgirl/recette/omelette-aux-courgettes-et-aux-champignons

# Risotto crémeux champignons, parmesan

**Temps de préparation: <15 minutes**

**Ingrédients (4 personnes):**

250g riz rond
400g champignons de Paris
1 verre de vin blanc sec
12cl bouillon de volaille
100g philadelphia
50g parmesan
échalote, ail, persil
sel, poivre

**Préparation:**

Faites cuire les champignons dans une poêle, ajoutez l'échalote, l'ail et le persil.

Versez le vin blanc et laissez frémir. Ajoutez le riz rond puis le bouillon louche après louche.

En fin de cuisson, incorporez le philadelphia et le parmesan. Salez et poivrez.

http://www.lesfoodies.com/rolly/recette/risotto-cremeux-champignons-parmesan

# Tourte poulet champignons et comté

Temps de préparation: <15 minutes
Temps de cuisson: 30 minutes

**Ingrédients (6 personnes):**

2 pâtes feuilletées
4 escalopes de poulet
500 gr de champignons de Paris frais
20 cl de crème liquide semi épaisse
150 de comté
1 Oignon
2 échalotes
Noix de muscade, sel, poivre
1 jaune d'oeuf

**Préparation:**

Préchauffer le four à 180°C

Faire revenir les échalotes et oignon finement coupés dans un peu d'huile, ajouter les champignons coupés en lamelles.

Coupez les escalopes de poulet en petit dés (astuces les congelés avant c'est plus simple à faire des petits dés).

Réserver les champignons et mettre dans la poêle avec un peu d'huile les dés de poulet, une fois dorés rajouter les champignons. Mélanger le tout et mettre la crème liquide, saler, poivrer et ajouter un peu de muscade.

Laisser cuire un peu et ajouter le comté en fines lamelles, mélanger la préparation jusqu'à ce le comté soit fondu.

Etaler la pâte dans un moule à tarte et piquer- la avec une fourchette, ajouter la garniture bien la répartir et mettre l'autre pâte dessus, refermer bien les bords.

Badigeonner la pâte avec le jaune d'oeuf et enfourner 30 min

http://www.lesfoodies.com/marcvip/recette/tourte-poulet-champignons-et-comte

# Cake aux champignons

Temps de préparation: <15 minutes
Temps de cuisson: 45 minutes

**Ingrédients (6 personnes):**

200 g de farine
1 cube de bouillon de poule
70 g de gruyère râpé
20 cl de crème fraîche
4 œufs
Ail, persil
1/2 paquet de levure chimique

Beurre, sel, poivre
250 g de champignons de Paris frais ou en boîte coupés en lamelles

**Préparation:**

Préchauffer le four à 180° (T6).
Faites dorer les champignons et ajouter ail et persil.
Battre les œufs, ajouter crème fraîche puis petit à petit la farine et la levure.
Préparer un bouillon de poule de 15 cl et l'ajouter tiède, puis le gruyère et mélanger le tout.
Ajouter les champignons et saler poivrer, j'ai ajouté un peu de paprika et du curcuma en poudre.
Beurrer le moule à cake et verser la préparation.
Faire cuire 45 mn environ suivant votre four.
Ce cake est aussi bon chaud que froid.

http://www.lesfoodies.com/recettes/champignon+de+paris/skip=224

# Spaghetti Crémeux Champignons Lardons

**Temps de préparation: 30 minutes**

**Ingrédients (4 personnes):**

500g de spaghetti,
1 .c.s d'huile,
1 oignon coupé en demi lune,
2 gousses d'ails pressées,
175g champignons de Paris en lamelles,
175g de lard en fines tranches coupé en carré,
3dl de crème fraîche fluide,
3 jaunes d'œufs battu,
100g de parmesan râper fraîchement+un peu en tranches fines pour déco,

**Préparation:**

Cuire les pâtes all-dente dans une casserole d'eau chaude salée avec un peu d'huile.

Dans une poêle faire chauffer l'huile ajouter l'oignon et laisser les devenir translucide en brassant régulièrement, égoutté le surplus de gras ajouter l'ail et le lard laisser revenir

2mn en brasant, incorporer les champignons et laisser revenir le tous 5-7mn en brassant régulièrement enlever du feu mettre sur du papier absorbant.

Mettre les pâtes dans une grande poêle par dessus ajouter la préparation champignons.

Battre les jaunes d'œufs avec la crème et le fromage parmesan (c'est meilleur quand il est râper fraîchement mais celui qui est déjà râper en sachet convient aussi) arroser les pâtes et laisser épaissir à feu doux en bien mélangeant l'ensemble servir aussitôt décoré selon gout avec des lamelles de parmesan.

http://www.lesfoodies.com/mariejo/recette/pates-cremeuse-champignons-lardons

# Croustade champignon

Temps de préparation: 30 minutes
Temps de cuisson: 20 minutes

**Ingrédients (4 personnes):**

1 rouleau de pâte feuilleté
250g de champignons de Paris
1L d'eau
1 cuillère à café de poivre noir
1 cuillère à café de sel
50g de beurre ou (margarine)
50g de farine
1 jaune d'œuf

**Préparation:**

**Pour les vol-au-vent :**

Vous pouvez très bien utiliser des vol-au-vent acheté tout prêt dans le commerce ou les demander chez votre boulanger sinon voici comment l'on procède.

- Dérouler la pâte feuilleté et à l'aide d'un cercle d'un diamètre de + ou – 5cm couper un maximum de fond (perso j'en ai coupé 10) ce qui me permettra d'en faire 5.
- Prendre un cercle plus petit d'un diamètre de + ou – 4cm afin de faire un bord assez large et sur 5 fonds faire une découpe bien au centre.
- Badigeonner d'œuf les 5 fond et posez les dessus puis passez de l'œuf sur les bords quant aux têtes et oui le centre des fond vont servir de tête, donc passez de l'œuf dessus et réserver le tout au frigidaire (c'est important).

- Préchauffer le four à 240° pendant 15min. y déposer les vol-au-vent et abaisser le four à 200° et laisser cuire jusqu'à une jolie coloration.

**Pour la sauce :**

- Porter à ébullition l'eau avec le sel et le poivre
- Couper pendant ce temps couper les champignons finement (que vous aurez lavé juste avant) et les faire cuire 20 bonne minutes ce n'est pas grave si ils ont cuit 25 voire 30 minutes (avec le couvercle de la casserole)
- Égoutter les champignons et les réserver sur le côté
- Incliner la casserole quelques secondes pour faire descendre au fond de celle-ci toutes les impuretés et récupérer le jus claire.
- Fondre le beurre et y ajouter la farine on appel sa faire un roue « explication si vous avez 1L d'eau il vous faut 100g de beurre et 100g de farine comme nous avons fait cuire l'eau c'est évaporer donc j'ai mesuré au final il ne me restait plus que la moitié »
- Verser un peu de jus sur le roue au fur et à mesure pour éviter les grumeaux et remettre sur le feu doux tout en mélangeant pour épaissir la préparation, une fois que celle-ci est épaissie, incorporer les champignons et faire refroidir au frigidaire la sauce pour quelle épaississe.
- Garnir les vol-au-vent et déposer un peu de persil pour le décor. Soit vous les servez froid ou chaud selon votre gout

http://www.lesfoodies.com/foodattitude/recette/croustade-champignon-ma-facon

# Crevettes au gingembre et champignons

Temps de préparation: <15 minutes
Temps de cuisson: 9 minutes

Ingrédients (4 personnes):

3 cuillères à soupe d'huile, 3 carottes coupées en fines rondelles; 350 g de pleurotes finement émincées ou de champignons de paris coupés en 2, 1 poivron rouge ou vert coupé en lanières, 450 g de grosses crevettes décortiquées, 2 gousses d'ail hachées, feuilles de coriandre fraîches en garniture

**Préparation:**

1/ Dans un bol, mettre le bouillon, les graines de sésame, le gingembre, la sauce de soja, la sauce pimentée et la maïzena, bien mélanger et réserver.

2/ Dans une poêle ou un wok préchauffé, chauffer 2 cuillères à soupe d'huile, ajouter les champignons et faire revenir 2 minutes. Retirer de la poêle et réserver.

3/ Chauffer 1 cuillerée à soupe d'huile dans la poêle, ajouter les champignons et faire revenir 2 minutes. Retirer de la poêle et réserver.

4/ Chauffer de l'huile supplémentaire si nécessaire, ajouter le poivron, les crevettes et l'ail, et faire cuire 3 minutes, jusqu'à ce que les crevettes soient roses et opaques

5/ Mélanger de nouveau la sauce, incorporer dans la poêle et porter à ébullition. Remettre les carottes et les champignons dans la poêle, couvrir et cuire encore 2 minutes, jusqu'à ce que tout soit bien chaud. Servir garni de coriandre.

http://www.lesfoodies.com/decoasie/recette/crevettes-au-gingembre-et-champignons

# Tagliatelles aux noix de st jacques et champignons

Temps de préparation: 30 minutes
Difficulté: Moyenne

**Ingrédients (2 personnes):**

200 gr de tagliatelles fraiches, 16 noix de st jacques avec corail, 25O gr de champignons de paris, 2 échalotes, une cas de persil haché, beurre, huile d'olive, crème fraiche, gros sel, sel, poivre

**Préparation:**

Faites cuire les tagliatelles al-dente.

Coupez les pieds terreux des champignons, nettoyez-les avec une éponge humide. Epluchez et hachez les échalotes. Coupez-les en quatre. Dans une sauteuse une noix de beurre et une c à s d'huile d'olive, sur feu moyen, faites-y suer les échalotes, ajoutez les champignons, sel, poivre. Ajoutez 3 cas de crème fraiche.

Mettre sur feu vif une poêle avec une noix de beurre et un trait d'huile d'olive, faites-y cuire et dorer les noix de st jacques, sel, poivre.

Ajoutez aux champignons les pâtes mélangez, ajoutez les noix de st jacques et le persil. Dressez dans un grand plat de service creux. Servez.

# Sauce aux champignons

Temps de préparation: <15 minutes
Temps de cuisson: 15 minutes

**Ingrédients (6 personnes):**

2 oignons, 350 g de champignons de paris frais, 20 cl de vin blanc, 2cuillères de fond de volaille, 2 cuillères de crème fraîche épaisse, sel poivre

**Préparation:**

Emincer vos oignons et faites les revenir dans une noisette de beurre, émincer vos champignons et les ajouter aux oignons qui ont un peu fondu laisser cuire jusqu'à se que les champignons soit cuits. Ajouter le vin blanc et le fond de volaille, mélanger, laisser mijoter 5 mns sur feu doux en mélangeant de temps en temps puis rajouter la crème fraîche saler poivrer selon votre goût puis laisser mijoter 10 mns sur feu doux en remuant.

http://www.lesfoodies.com/druidelina/recette/ma-sauce-aux-champignons

# Blanquette de veau à l'ancienne

Temps de préparation: 1h30
Temps de cuisson: 1h15

**Ingrédients (6 personnes):**

1.250kg de poitrine de veau ou d'épaule en morceaux
2 verres de vin blanc sec
2 carottes, 2 oignons, 1 bouquet garni
60gr de beurre
3 cuillères à soupe de farine
180gr de champignons de paris
1 jaune d'oeuf, le jus d'un citron
3 cuillères à soupe de crème fraiche
Sel, poivre

**Préparation:**

Dans une casserole, faire chauffer 2 litres d'eau et le vin; saler, poivrer, ajouter les carottes, les oignons coupés en grosses rondelles, le bouquet garni. Porter à ébullition et la maintenir 15 minutes.
Incorporer alors les morceaux de viande, couvrir la casserole et faire cuire 30 minutes à feu doux en écumant une ou deux fois. Egoutter la viande.
Dans une sauteuse, faire fondre 40 gr de beurre, y mettre la farine, la faire légèrement blondir et mouiller peu à peu avec le bouillon de cuisson; ajouter les morceaux de viande, qui doivent être bien immergés dans la sauce. Laisser mijoter à feu doux pendant45 minutes. Après 35 minutes de cuisson, ajouter les champignons lavés, coupés et revenus dans le restant de beurre.
Lier la sauce avec le jaune d'oeuf délayé dans la crème et le jus de citron.
Ajouter les carottes en petits morceaux (et une partie passer au mixeur) cela ajoutera une petite touche de couleur à votre préparation.
Dresser la blanquette dans un plat creux à servir.

http://www.lesfoodies.com/feuillen/recette/blanquette-de-veau-a-lancienne-5

# Le Champimoule au lait de coco (c'est la fête aux moules).

**Temps de préparation: 45 minutes**

**Ingrédients (6 personnes):**

500 g. de champignons de Paris blancs, 400 g.de moules cuites décoquillées surgelées, environ 1 grande cuil. à soupe de curry, 20 cl. de crème fraîche semi-épaisse légère à 18% de matière grasse, 1 bon morceau de beurre + huile d'olive, 2 oeufs, 1 cuil. à soupe de farine, sel, poivre,1 gros oignon blanc,10 cuil. à soupe de lait de coco, une demie botte de persil

**Préparation:**

Prendre 500 g.de champignons blancs de Paris, les couper en quatre après avoir retiré la queue que l'on garde pour rajouter ensuite, prendre 1 grand wok, mettre un gros morceau et de l'huile d'olive de beurre dedans, faire fondre puis y rajouter les champignons en morceaux, les remuer assez souvent. Couper l'oignon en petits morceaux et faire revenir dans une poêle moyenne à feu doux en remuant de temps en temps.
Hacher le persil avec une moulinette électrique, battre 2 oeufs et y mettre 1 cuil.à soupe

de farine.
Mettre l'oignon cuit de côté, et pendant que les champignons cuisent à feu doux, faire bouillir de l'eau dans 1 casserole moyenne, puis quand ça bout y mettre les moules à décongeler, les égoutter, puis les remettre dans casserole, y rajouter 20cl. de crème fraîche légère semi-épaisse à 18% de matière grasse, mettre à chauffer, puis y rajouter 10 cuil.à soupe de lait de coco, puis le persil, sel, poivre, et saupoudrer largement de curry.
Quand les champignons dans le grand wok sont cuits, y rajouter le contenu de la casserole, faire un peu épaissir. C'est prêt, mettre le tout dans 1 grand saladier.

http://www.lesfoodies.com/nageausoleil/recette/le-champimoule-au-lait-coco-cest-fete-aux-moules-moules-moules-mdr

# Spaghetti à la carbonara

**Temps de préparation: <15 minutes**

**Ingrédients (2 personnes):**

Spaghetti
Lardons
Champignons de paris
Oignon/ail
Saucisse
Crème fraiche
Moutarde

**Préparation:**

Cuire les spaghettis.

Dans une sauteuse faire revenir les lardons, les saucisses, les champignons l'oignon, ajouter l'ail, la crème fraiche et la moutarde. Mélanger la sauce aux pâtes, servir avec du parmesan

http://www.lesfoodies.com/lapdl/recette/spaghetti-carbonara-mon-cheri

# Escalopes de tofu au marsala

Temps de préparation: 45 minutes
Temps de cuisson: 12 minutes

**Ingrédients (4 personnes):**

30 g + 2 c. à café de fécule de maïs (maïzena), 30 g de farine, 1/4 c. à café de sel, 1/4 c. à café de poivre, 450 g de tofu ferme, égoutté et coupé en tranches de 1 cm d'épaisseur,4 c. à soupe d'huile d'olive, 2 grosses échalotes, émincées, 1 c. à café de thym séché, 300 g de **champignons de Paris**, 15 cl de Marsala sec, 1/4 litre de bouillon de poulet ou de légumes, 1 c. à soupe de pâte de tomate (sauce tomate)

**Préparation:**

Bien mélanger la maïzena, la farine, le sel et le poivre dans une assiette.

Bien sécher les tranches de tofu avec du papier essuie-tout.

Faire chauffer la moitié de l'huile dans une grande poêle non adhésive à feu moyen. Passer les tranches de tofu dans le mélange de farine, puis les placer dans la poêle et les faire cuire environ 3 minutes de chaque côté, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

Enlever les tranches de tofu et les garder au chaud. Selon la taille de votre poêle, il vous faudra peut-être faire deux ou trois fournées.

Ajouter le reste de l'huile dans la poêle, puis les échalotes et le thym. Réduire le feu et cuire en remuant constamment, jusqu'à ce que les échalotes soient ramollies et commencent à prendre couleur, soit 1 à 2 minutes.

Ajouter les champignons coupés en tranches et cuire, en remuant souvent, 3 à 5 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient tendres et légèrement dorés. Ajouter le Marsala et faire réduire environ 1 minute.

Dans un petit bol, mélanger les 2 c. à café de maïzena, le bouillon et la sauce tomate. Ajouter, en remuant, dans la poêle et cuire en remuant constamment, jusqu'à ce que la sauce soit épaisse et brillante, environ 4 minutes.

Verser sur le tofu et servir immédiatement.

Plat qui ne fera pas grossir, et est riche en sélénium, calcium, potassium et fer, rien que du tout bon!